

ALK

13-03-2025

Juul Houwen

Huisarts WGC Lindenholt

Onderzoeker, docent, Eerstelijnsgeneeskunde, RadboudUMC

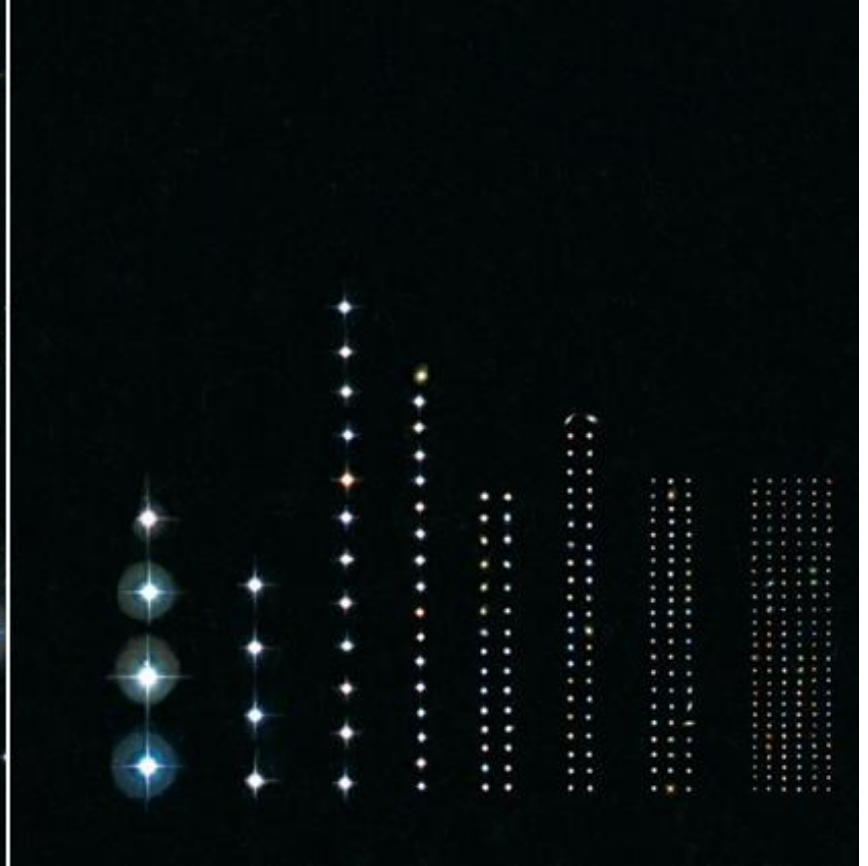
Disclosure belangen sprekers

(potentiële) belangenverstremgeling	Geen
Voor bijeenkomst mogelijk relevante relaties met bedrijven	Geen
<ul style="list-style-type: none">• Sponsoring of onderzoeksgeld• Honorarium of andere (financiële) vergoeding• Aandeelhouder• Andere relatie, namelijk ...	Geen Vergoeding Geen n.v.t.

Werkelijkheid



Studie



Waarom ALK en niet SOLK

- Sluit beter aan bij internationale literatuur
- Overstijgt tweedeling somatiek-psyche
- Voorkeur voor patiënten
- DSM IV naar V (vervangen term somatoforme stoornissen, MUS naar SSD)

Wat is ALK?

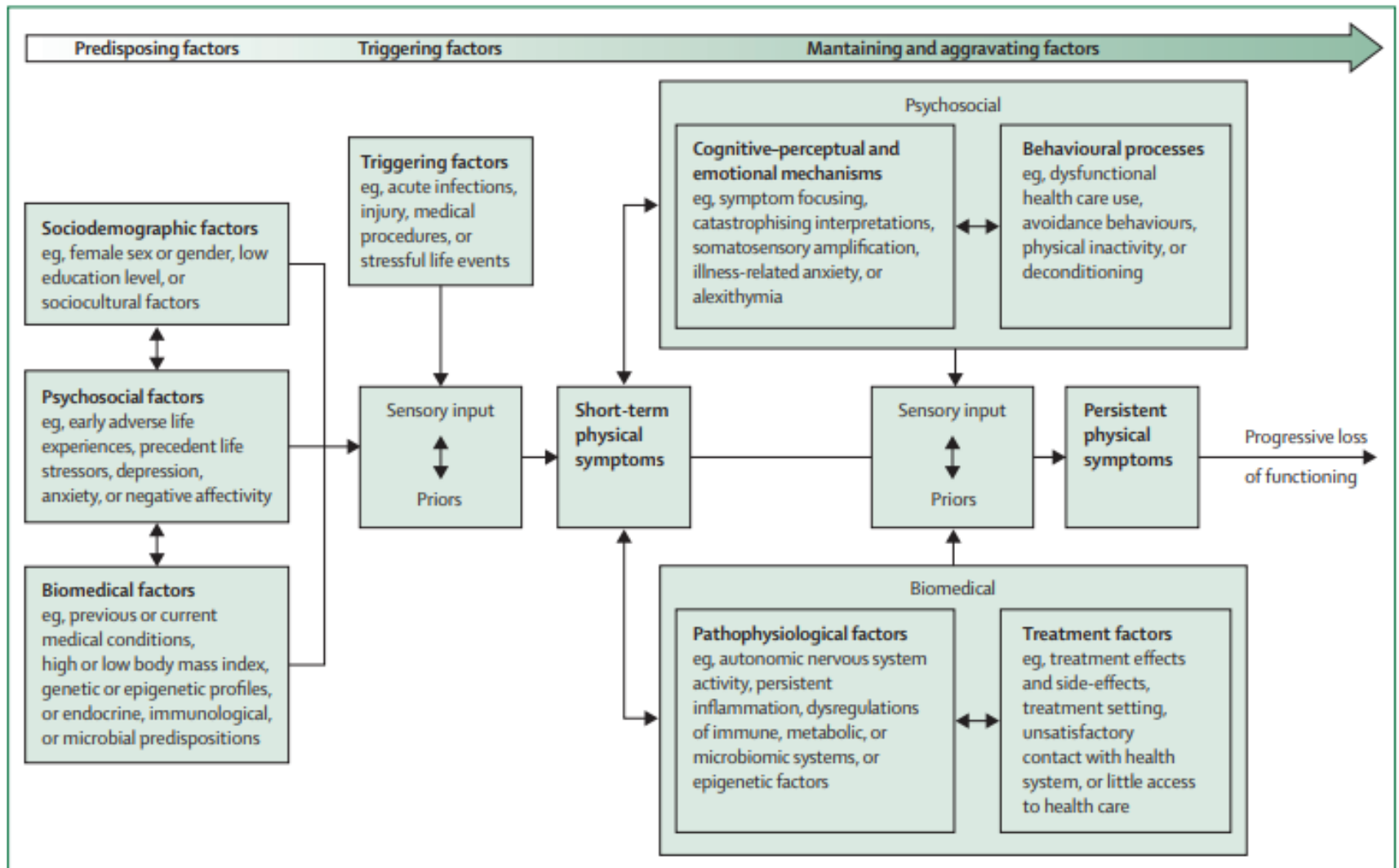
- Aanhoudende lichamelijke klachten zijn klachten die tenminste 3 maanden duren en het functioneren beperken of lijdensdruk veroorzaken
- De beperkingen in functioneren en lijdensdruk bij ALK zijn een subjectieve ervaring van de patiënt
- Context van ALK kan zijn:
 - Somatisch: moeheid bij MS
 - Mentaal: hoofdpijn bij depressie
 - Functional disorder: diarree bij IBS

Factoren voor ontstaan ALK

- Biologisch: genetisch, infecties, comorbiditeit
- Psychologisch: slaapproblematiek, angst, depressie, karakter (perfectionisme)
- Interpersoonlijk: life events, stress, sociale steun
- Context: werk, SES, intelligentie
- Gezondheidsdgedrag: gebruik maken van gezondheidszorg, alcohol, fysieke activiteiten

Factoren voor het in stand houden ALK

- Hypochondrie: geen acceptatie, excessieve zorg, somatische fixatie
- Sociale en relationele problemen: dysfunctionele relaties met andere mensen en zorgverleners, gebrek aan erkenning
- Symptoom gerelateerde emoties en gedrag: moeite hulp vragen, onrealistische eisen stellen aan jezelf, schaamte, frustratie, vermijding, moeite om emoties waar te nemen in lichaam



Symptoom perceptie

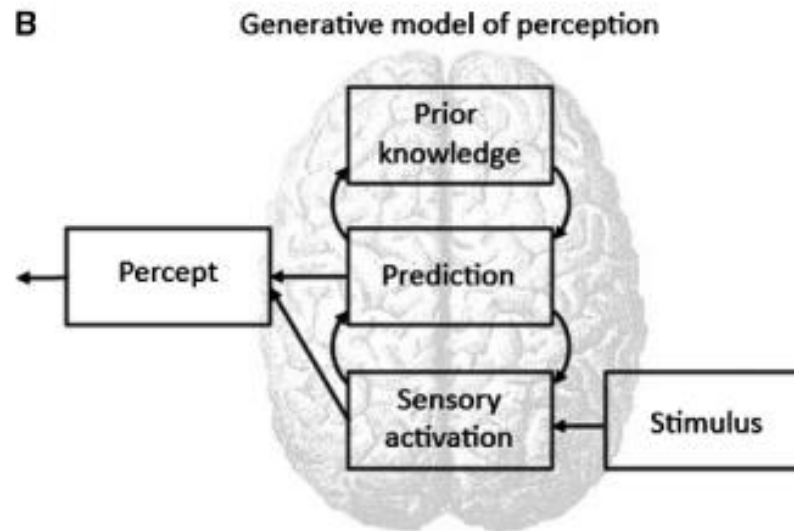
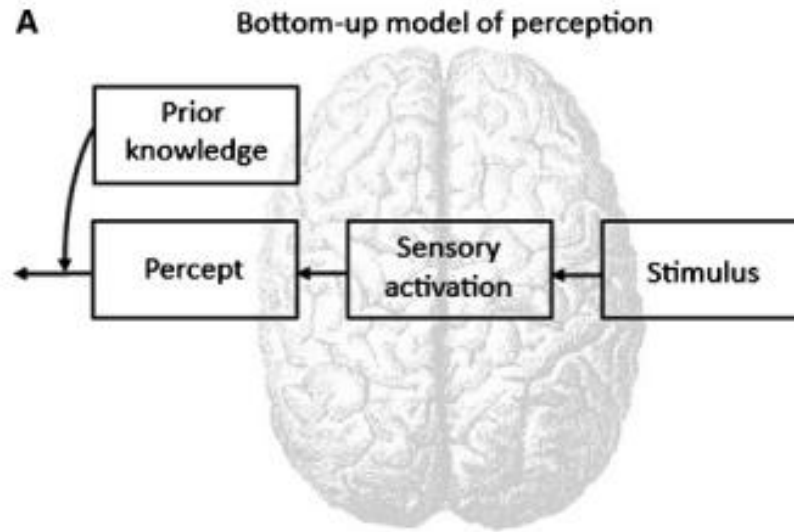
- Pathofysiologie deels opgehelderd
- Biologisch
 - Sensitatie: verhoogde gevoeligheid van het centrale zenuwstelsel voor sensorische prikkels
 - Autonome dysregulatie
- Psychologisch
 - Somatosensorische amplificatie: toename aandacht voor sensaties, emoties, cognities met lichamelijke attributies, versterken sensaties



Is dit alles?

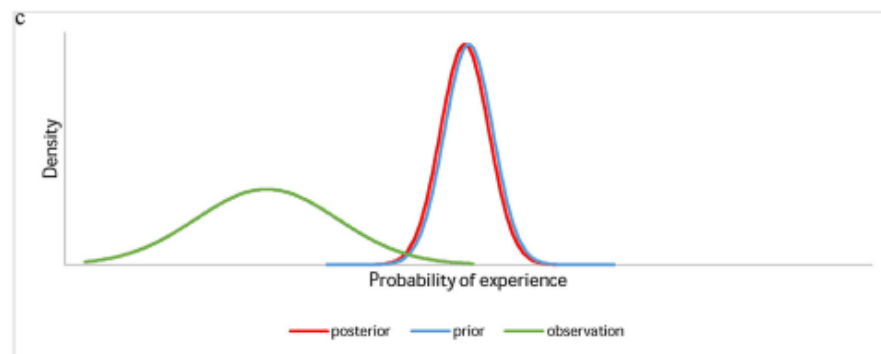
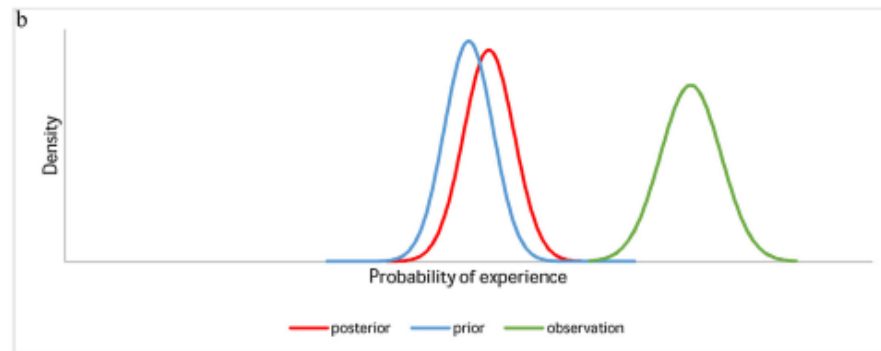
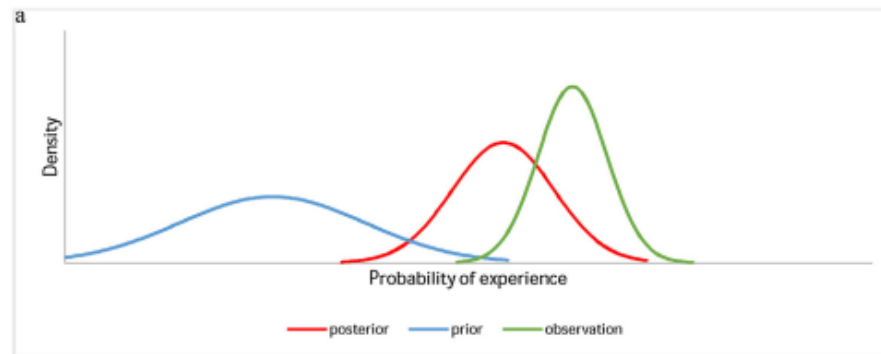
Voorspellend coderen

- De hersenen genereren hypothesen over sensorische input
- Voorspellingen gebaseerd op eerdere ervaringen, cognities, verwachtingen
- Deze worden vergeleken met daadwerkelijke prikkel/input
- Bij een discrepantie is er een voorspellingsfout waarbij hersenen de “nieuwe voorspelling” proberen aan te passen
- Doel op zoek naar homeostase
- Alleen voorspellingsfouten worden doorgegeven



Voorspellend coderen

- Bij een sterke voorspelling met een zwakke prikkel heeft de voorspelling de overhand
- Bij een specifieke prikkel is de invloed van de voorspelling kleiner en heeft de prikkel de overhand
- Een voorspellingsfout activeert autonome systeem



Wanneer kan het mis gaan?

- Maladaptieve voorspellers (priors)
 - Trauma's, life events, hechtingsproblematiek, psychische factoren (sensitisatie en somatosensorische amplificatie, placebo/nocebo)
- Diffuse niet precieze prikkel
 - Chronische stress
- Lichaam "leert niet", geen modulatie, continue voorspellingsfout met als gevolg activatie autonome dysregulatie

Behandeling

- Diagnose specifieke behandeling
- Persoonsgerichte communicatie met erkenning, biopsychosociaal uitlegmodel (clinical assessment as therapy)
- Psychologische interventies
- Medicamenteuze behandeling

Psychologische interventies

- Meta-analyse psychische interventies (n=17)
 - Meeste studies CGT, enkele mildfulness based CGT, psychodynamische therapie
 - Overall: klein statistisch effect op ernst van symptomen en depressie, niet op angst
- RCT: CGT vs CGT met emotieregulatie positief effect op coping
- Review (n=14) psychodynamische psychotherapie variërend effect van matige tot grotere effect size mbt ernst van symptomen
- Meta-analyse mindfulness based CGT en ACT (n=16)
 - klein positief effect mbt symptomen

Farmacologische interventies

- Cochrane review, somatoforme stoornissen
 - Laag kwaliteit bewijs voor antidepressiva vs placebo
- RCT met imipramine vs placebo voor somatic symptom disorder
 - Algeheel verbetering van ervaren gezondheid
- Comorbiditeit angst en/of stemmingsstoornissen

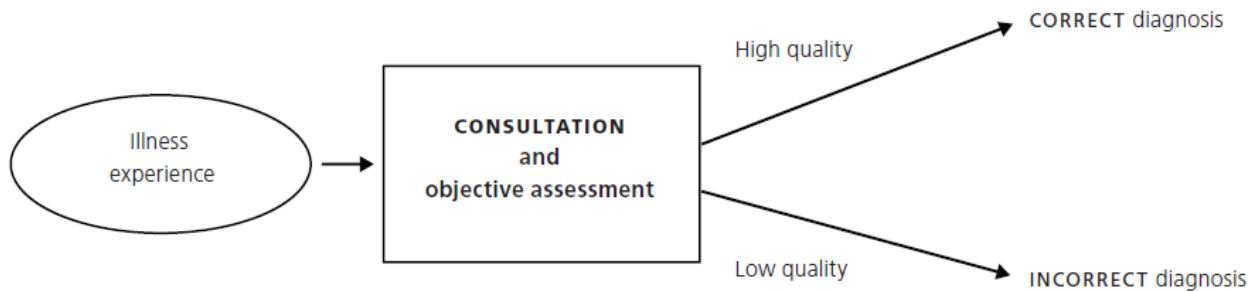
Wat nog meer?

- Persoonsgerichte behandeling met effectieve communicatie
- Vooroordelen
- Exploreren
- Gedeelde probleemdefinitie
- Biopsychosociale uitleg
- Regie delen

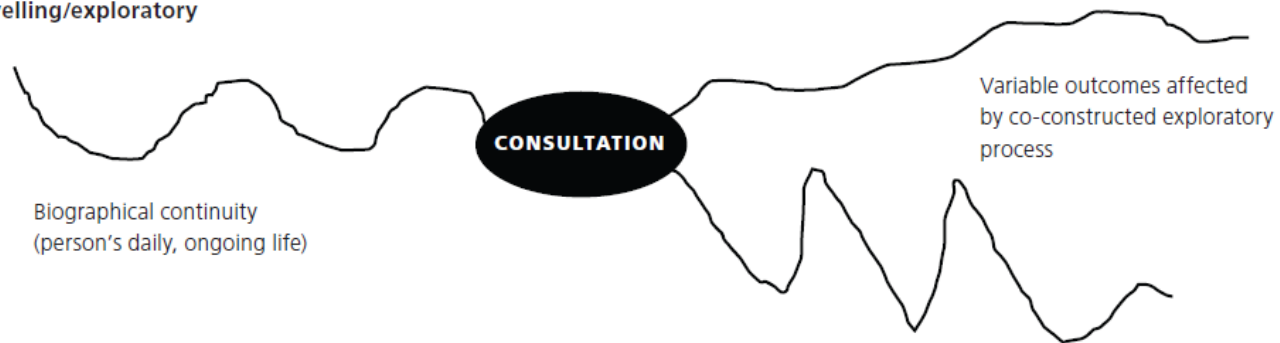
Consultmodellen

Figure 1 □ Models of the consultation

Mining



Travelling/exploratory



Vooroordelen

“Nee. Is er iets wat de dokter anders had kunnen doen tot dusver? P: Nee alleen serieuzer nemen. I: hoe had de dokter jou serieuzer kunnen nemen en jouw klacht? P: Nou de dokter blijft maar bij één optie. En dat is dat ik stress heb, spanning. I: En wat vind je daarvan? P: Slecht. I: En wat is daar slecht aan? P: Omdat er ook andere dingen aan de hand kunnen zijn.”

Exploreren

- Heel goed luisteren
- Oppikken cues
- Niet altijd eigen dokter's concept volgen
- Niet ondervragen
- Neem de tijd....

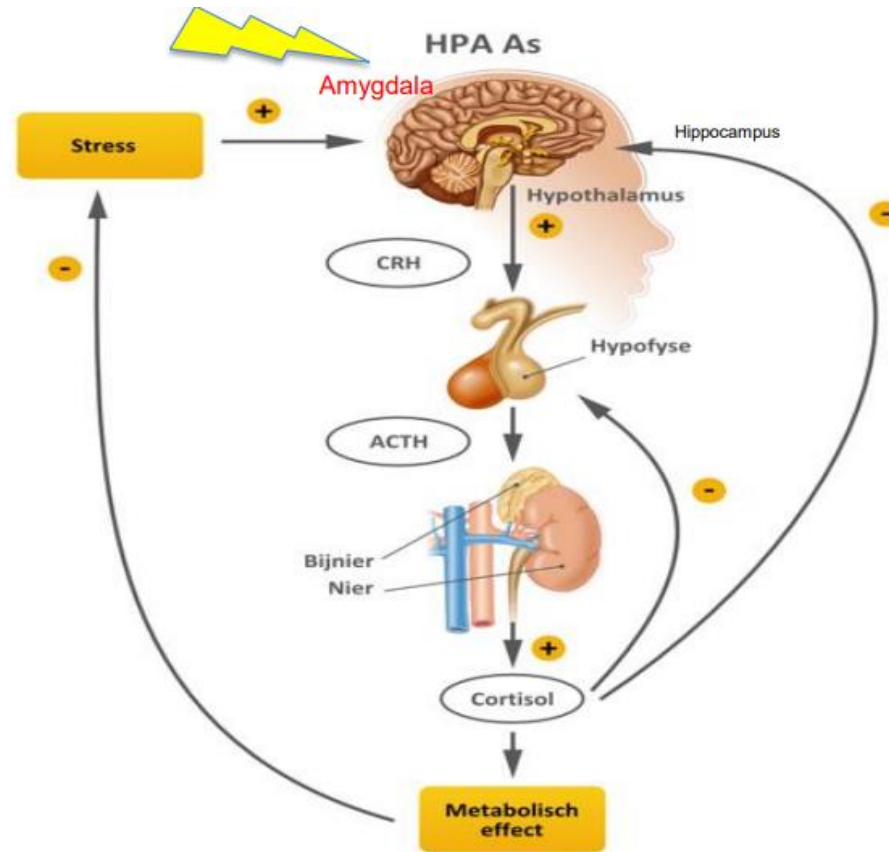
*“..... Ik heb vaker een periode dat het een tijd beter gaat, maar soms ook wel tijden dat het minder goed gaat. Alleen duurt het nu wel erg lang allemaal. **En dat maakt het zwaar....”***

- Echter veel cues niet gehoord....

Gedeelde probleemdefinitie

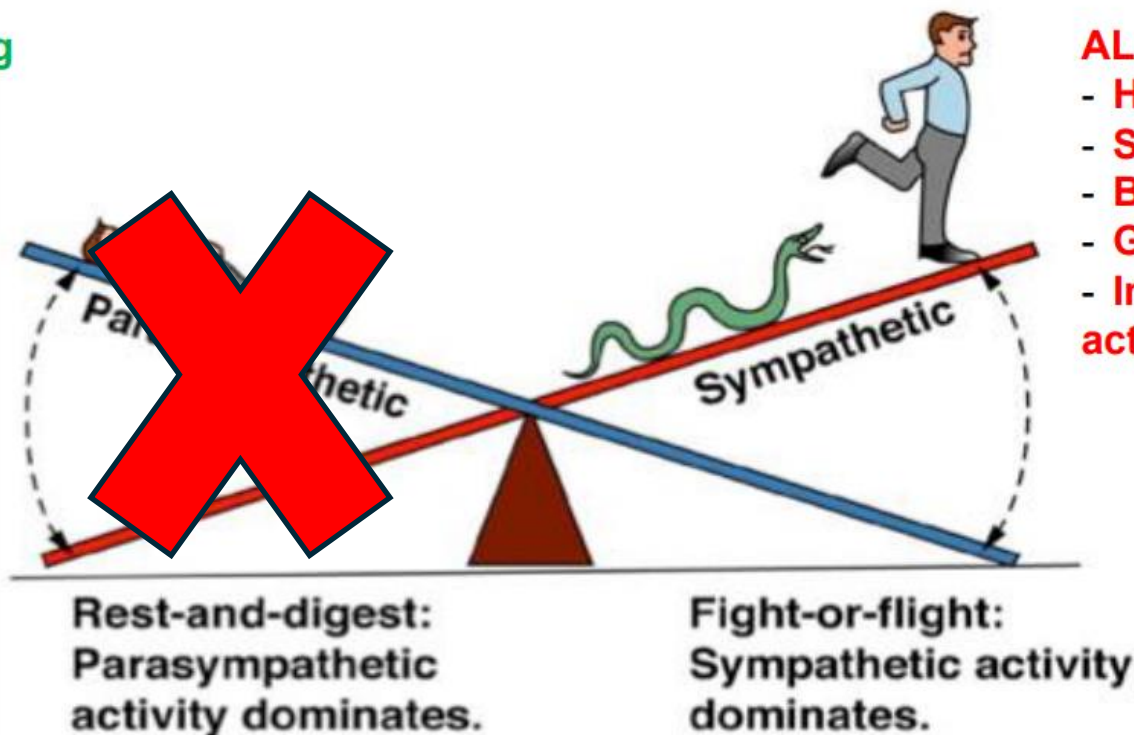
- Het gaat erom dat HA en patiënt het eens zijn over de kern van het probleem
- Basis voor uitleg en management
- Hoeft niet perse te gaan over reductie van symptomen, kan ook gaan over cognities, functioneren
- Luisteren, empathie, niet in eigen concept blijven hangen, tijd nemen

Biopsychosociale uitleg, stress-as



Autonome zenuwstelsel

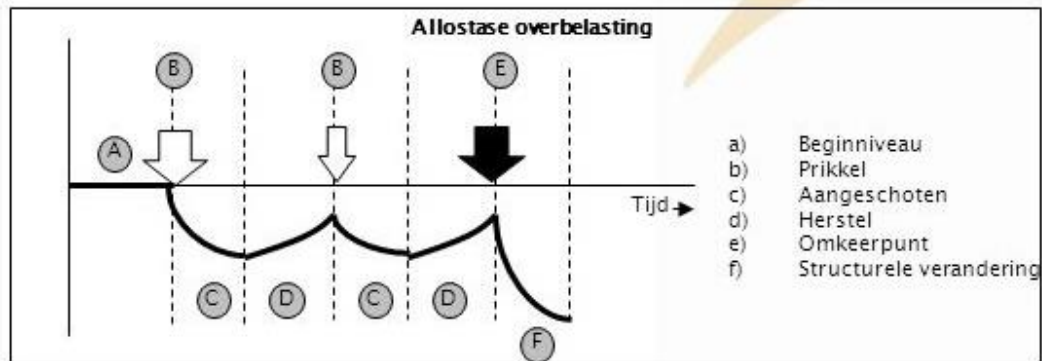
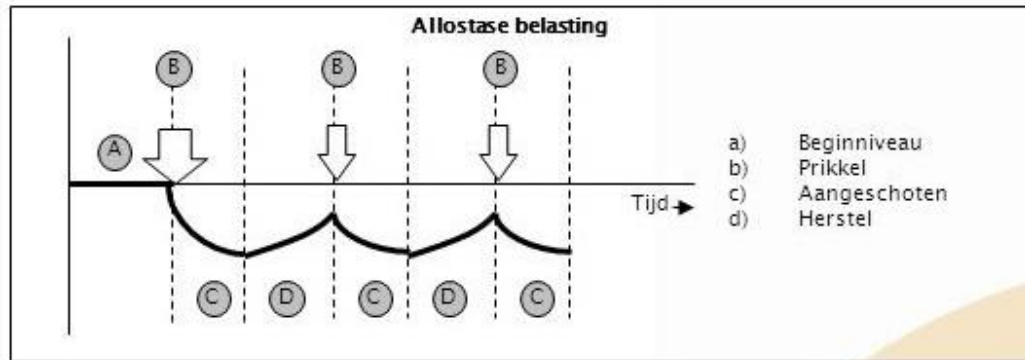
Ontspanning
Slaap
Opbouw
Herstel
Vertering
Ontlasting



ALARM:

- Hartritme
- Spier-spanning
- Bloeddruk
- Glucose
- Immuun
activatie

Allostase model



Chronische Stress

Langdurige Chronische Stress

Concluderend

- Dokters bewust moeten zijn van hun eventuele vooroordelen tov patiënten met ALK
- Dokters kunnen veel betekenen voor patiënten met ALK
- Wij ons moeten focussen op het consult en daarin de arts-patiënt communicatie
- Wij ons moeten focussen op de therapeutische arts-patiënt relatie